Chère Maîtrisienne, cher Maîtrisien,

Dans le cadre de l'IDD « santé des collégiens », notre classe veut vous aider pour que votre corps soit en pleine forme. Pour cela, nous avons mis au point un questionnaire.

Veuillez suivre ce mode d'emploi :

- ne pas écrire votre nom, ni votre prénom.
- mettre une croix dans les carrés pour répondre aux questions.
- Ne cocher qu'une seule réponse par question (sauf aux questions signalées).

Ne vous inquiétez pas, ce sondage est anonyme, donc n'ayez pas peur de vos réponses.

Merci de votre honnêteté et bon questionnaire ! La classe de 5e 5

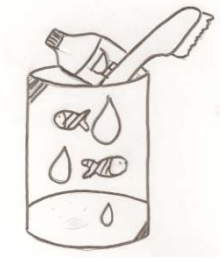
---

1. Je suis en : ❒ 6e ❒ 5e ❒ 4e ❒ 3e
2. Je me sens en bonne santé : ❒ Vrai ❒ Faux

L'alimentation :

3. Je mange des fruits et des légumes : ❒ jamais ❒ de temps en temps ❒ tous les jours
4. Je mange entre les repas : ❒ jamais ❒ de temps en temps ❒ tous les jours
5. Je prends mon petit déjeuner : ❒ jamais ❒ parfois ❒ quand j'ai le temps ❒ tous les matins
6. La matin, je mange : (vous pouvez cocher plusieurs réponses ici)

   ❒ un laitage ❒ un fruit ou un jus de fruit ❒ une boisson chaude
   ❒ des céréales ou du pain



L'hygiène :

7. Je me lave les dents : ❒ jamais ❒ 1 à 2 fois par semaine ❒ 1 fois par jour ❒ après chaque repas
8. Je me lave le corps : ❒ rarement ❒1 à 2 fois par semaine ❒ tous les jours
9. Je me lave les mains : ❒ rarement ❒après avoir été aux toilettes ❒avant chaque repas

Le sport :

10. En dehors du collège, je fais du sport : ❒ jamais ❒ 1 à 2h ❒ plus de 2h
11. Faire du sport, cela me : (vous pouvez cocher plusieurs réponses ici)
    ❒ détend ❒ fait développer les muscles ❒ défoule ❒ fait des copains
12. Je vais à l'école : ❒ à pied ❒ à vélo ❒ en train ❒ en voiture

Le sommeil :

13. Je dors bien : ❒ vrai ❒ faux
14. Je me couche : ❒ avant 21h ❒ entre 21 et 23h ❒ après 23h
15. Je suis souvent fatigué en classe : ❒ vrai ❒ faux

Le bruit :

16. J'écoute mon mp3 : ❒ avec le volume au maximum ❒ avec le volume à moitié ❒ je n'ai pas de mp3
17. Je trouve qu'il y a trop de bruit dans le self : ❒ vrai ❒ faux
18. A cause du bruit, j'ai déjà eu mal aux oreilles : ❒ vrai ❒ faux

Le tabac :

19. Je fume : ❒ jamais ❒ depuis quelques mois ❒ depuis plus d'un an
20. Si je fume, je le fais : ❒ pour me déstresser ❒ pour avoir des copains ❒ parce que mes parents fument
21. Si je fume, je le fais : ❒ 1 à 2 fois par semaine ❒ 1 fois par jour ❒ plusieurs fois par jour

L'alcool :

22. Je consomme de l'alcool : ❒ jamais ❒ de temps en temps ❒ plusieurs fois par semaine
23. J'ai déjà ressenti la sensation d'ivresse : ❒ vrai ❒ faux
24. Je bois : (vous pouvez cocher plusieurs réponses ici)

❒ pour me déstresser ❒ pour oublier mes problèmes ❒ pour faire comme les autres